

小伙从深圳步行一个月回陕西过年

社会万象 华商报 曾春 2017-02-04 03:33



1月27日农历大年三十上午11时，27岁镇安小伙陈执军踏进了家门，然而和别人不同的是，他是花了一月时间从深圳步行回老家的。

陈执军是镇安人，现在在深圳当健身教练。去年12月27日清晨5时，他从深圳宝安出发，展开历时1个月的回家之旅。

“两年前，我就曾骑车从深圳回过老家。”陈执军说，但这次步行的路线和上次不一样，所以出发前，他做足了“功课”，全程1700多公里，为赶在除夕那天回家，他为自己制定了每天60到80公里的步行计划。

“我时速和常人差不多，5公里左右。”陈执军说，出于对身体负责，这次长途跋涉，必须保持匀速，因为长时间的跑或者快走，对膝盖、脚踝等都有损害。

对于装备，陈执军也是轻装上阵，一个背包，里面装着换洗衣服、充电器、水和干粮，肩上一张标语布，上面写着醒目的“劳动 健身 预防职业病”。“这一路，住宿、吃饭等各项花费一共8000多元。”陈执军说，尽管一路很辛苦，但他认为能通过自己的行动，让大家反思代步工具对健康的“侵害”，让大家关注科学健身，唤起大家对运动、健身的热情，也就达到了他步行千里回家的目的。就这样，他一个人走了整整一个月，大年三十，他终于走到了镇安家中。

bùxíng jiànshēn jiàoliàn gōngkè chùxī
单词：步行 健身 教练 功课 除夕

zhǎngtúbáshè yúnsù sǔnhài xǐngmù gōngjù
长途跋涉 匀速 损害 醒目 工具

讨论:在日本过年的时候也会有类似中国的“返乡潮”吗？

你平时喜欢运动吗？经常做一什么运动呢？

源新闻: http://news.qq.com/a/20170204/001531.htm?pgv_ref=aio2015&ptlang=2052

音声 URL: <http://ttcn.co.jp/sound/text/494n403.mp3>